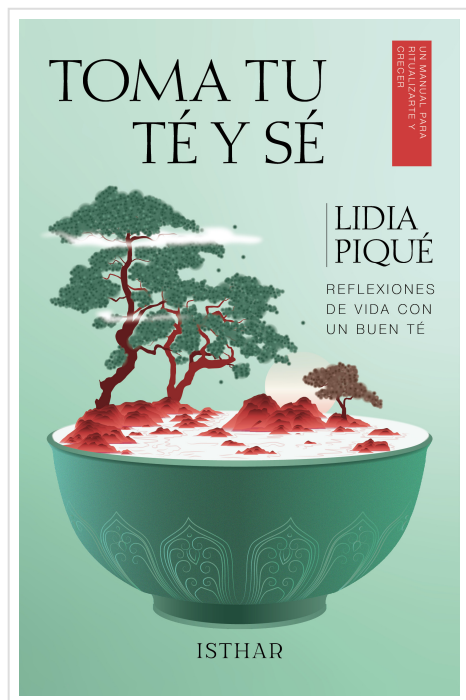




Toma tu té y Sé **PIQUÉ PINTO, LIDIA**

ISTHAR LUNA-SOL

Materia: AUTOAYUDA

Colección: SIN COLECCION

Encuadernación: RUSTICA

PVP: 17.95 €

EAN: 9788419619044

Páginas: 288

Tamaño: 140x215 mm.



Sinopsis

El té es la bebida más consumida del mundo después del agua. Sin embargo, el verdadero poder reside en su ritual, pues calma la mente y el cuerpo para hacernos sentir paz. Las reflexiones de vida que encontrarás aplicadas a la práctica del té, nos conectan con nuestra sabiduría interior. La unión de las diferentes reflexiones con el té, nos lleva a sentir felicidad y plenitud de forma sostenida. He aquí la profundidad del mensaje: «Toma tu té y Sé». ¿Eres una persona dispuesta a avanzar en tu camino de crecimiento personal? ¿Quieres hacerlo profundizando en el maravilloso mundo del té? Esta obra original y seductora, es una guía práctica basada en mis propias experiencias, que despertarán tu curiosidad e inspiración y te acompañarán a dar un paso más en tu propia búsqueda y desarrollo personal. Lidia Piqué Pinto con una amplia experiencia como sommelier de té, pionera en el sector de la alimentación orgánica, naturópata y especialista en nutrición con más de 25 años de experiencia y empresaria del té, ha creado esta guía de autoayuda en base a sus propias reflexiones y experiencias y un manual del té para crear el ritual perfecto de paz y armonía interior.

LIDIA PIQUÉ PINTO



Nació en Barcelona en 1967. Técnica en Turismo, naturópata, sommelier de té, terapeuta de sonido e instructora de Tai Chi Chuan y Chi Kung (Qi Gong). Pionera en el sector de la alimentación orgánica y especialista en nutrición con más de 25 años de experiencia. En 2017 crea su propia empresa de té online www.teandbe.com. Estudió y aprendió técnicas para conectar con la paz interior. Su misión es transmitir sus conocimientos y técnicas para ayudar a mejorar la vida los demás. Actualmente imparte talleres de Tai Chi y Chi Kung, meditación guiada, ceremonias y rituales de té. Coautora del libro de crecimiento personal «Vivir mejor es posible» de Ediciones Isthara (Isthara Luna-Sol).